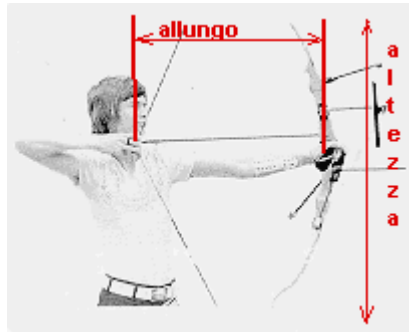


## ORA PASSIAMO AI POCCHI DATI CHE VI PERMETTERANNO DI SCEGLIERE L'ARCO:

dall'istruttore o da un amico che abbia una buona esperienza o da un venditore specializzato di materiale arcieristico fatevi misurare "l'allungo" (distanza dal mento alla V tra pollice e indice quando siete in posizione di tiro), in pollici (1 pollice = 2,54 cm.);



alla misura ottenuta aggiungete 1 pollice e  $\frac{3}{4}$  per adeguare la misura a quella degli standard americani (che sono i produttori della maggior parte degli archi in commercio con l'alternativa dei coreani che utilizzano gli stessi standard), che misurano l'allungo in modo leggermente diverso;

se avete optato per il "take-down", scegliete quindi la giusta altezza dell'arco:

70 pollici per arcieri con allungo tra 29 e 31 pollici

68 pollici per arcieri con allungo tra 27 e 29 pollici

66 pollici per arcieri con allungo tra 25 e 27 pollici

**..... se avete un allungo superiore a 31 pollici o inferiore a 25 ..... siete sfortunati !!!, dovrete adattarVi ad acquistare archi economici per ragazzi (se il vostro allungo è inferiore a 25 pollici) o ad acquistare quello che passa il convento ..... adattando l'arciere;**

*tutto questo va bene per il tiro alla targa (iscritti o affiliati a compagnie Fitarco) ma purtroppo non va bene per chi intende proseguire nel tiro venatorio (compagnie Fiarco) in quanto l'articolo 2.3.b del regolamento limita la lunghezza (altezza) massima dell'arco ricurvo a 64 pollici;*

*Peccato questa limitazione che, se nel passato aveva una sua motivazione, oggi non la trova proprio; anzi, poichè è difficile allenarsi con due diversi archi, si sono creati ostacoli alla possibilità, anche solo teorica, che un arciere "take-down" partecipi con soddisfazione a gare di entrambe le Federazioni mentre questo non succede per i tiratori compound !!!*

*(Ho detto teorica perchè non è realistica per tiratori ad alto livello che non troverebbero il*

tempo per allenarsi in entrambe le discipline; esiste però anche un gruppo di arcieri senza particolari pretese agonistiche che si cimenterebbe in entrambi i tipi di competizione se non ci fossero queste differenze e potesse parteciparvi "col proprio take-down").

se invece avete optato per il compound, acquistatene uno che abbia la possibilità di essere regolato all'interno di un range da .. a .., di solito pari a due pollici, e fate attenzione che il vostro allungo sia all'interno del minimo/ massimo indicato dal costruttore dell'arco; l'altezza del compound non è importante come nel take-down; una misura asse/asse tra i 40 e 42 pollici è mediamente valida per tutti i tipi di tiro e di gara..

### **SCEGLIETE ORA LA POTENZA DELL'ARCO CERCANDO UN COMPROMESSO TRA I VALORI DI SEGUITO INDICATI:**

durante il corso per principianti, che consiglio sempre, si utilizzano archi con potenza media di 25 libbre per gli adulti; un po' meno per le donne; molto meno per i ragazzi;

un arciere di buon livello, che partecipa regolarmente alle gare, utilizza un arco take-down con una potenza effettiva di circa 40 libbre se uomo o 35 libbre se donna o un compound di 50/55 libbre se uomo e 40/45 libbre se donna;

**l'arco adatto a Voi è quello che riuscite a tendere per 150-200 volte (non 5 o 10 volte) mantenendone un buon controllo;**

tenete inoltre presente che la potenza dell'arco indicata dal costruttore è relativa ad un allungo standard di 28 pollici (compreso quel pollice e  $\frac{3}{4}$  che vi ho fatto aggiungere nel misurare il vostro) e che tale **potenza nominale** deve essere aumentata di 2 libbre per ogni pollice di allungo oltre i 28, così come deve essere ridotta di 2 libbre per ogni pollice di allungo sotto i 28, per ottenere la **potenza effettiva** che svilupperete dopo averlo teso;

il metodo migliore **per misurare la potenza effettiva** rimane quello di utilizzare un dinamometro.

### **SIETE ORA PRONTI PER PROSEGUIRE CON L'ACQUISTO DELLE FRECCHE E DEGLI ACCESSORI, SEGUENDO L'ELENCO RIPORTATO DI SEGUITO E LE AVVERTENZE RIPORTATE A FIANCO DI OGNI VOCE:**

Frecce	almeno 6, del tipo ricavato sulla base del vostro allungo e della potenza effettiva del vostro arco dalla apposita tabella in dotazione di tutti i negozi specializzati e degli arcieri esperti.
Supporto freccia (rest)	semplice e di buona qualità; ricordatevi che state iniziando.
Bottone ammortizzatore (berger)	necessario per take-down e per compound che non utilizzano sgancio meccanico e rest a forcella.
Mirino	ovviamente, non ammesso per l'arco nudo;

	<p>solo per discutere di questo accessorio, sarebbero necessarie molte pagine anziché poche righe; consiglio comunque che sia di buona qualità (potrete sempre spostarlo sul vostro prossimo arco); in alternativa, acquistate il più economico che trovate: certe vie di mezzo non soddisfano nessuno;</p> <p>se pensate di partecipare alle gare e avete scelto la qualità, assicuratevi che abbia la regolazione micrometrica e che essa funzioni bene.</p>
Paradita	con appoggia-mento, per tiratori take-down con mirino.
Guantino	o paradita senza appoggia-mento per tiratori ad arco nudo.
Sgancio meccanico	per compound (potete iniziare con un paradita o un guantino ma, se tirate alla targa, è quasi indispensabile).
Parabraccio	vanno tutti bene.
Dragona	vanno tutte bene.
Valigia	per contenere tutti gli accessori elencati ..... e qualcosa in più.
Cavalletto reggi arco	per non appoggiare l'arco a terra e, specialmente, la corda che vi troverete poi a contatto del viso
Squadretta	per posizionare il punto di incocco e per le varie misurazioni.
Carichino	per montare il take-down in modo facile e senza torsioni sbagliate ai flettenti.
Clicker	per tiratori Fitarco di arco take-down con mirino; è una lamella elastica in metallo sotto la quale farete scorrere la freccia; quando la punta della freccia, arretrando, supera il clicker e lo fa scattare, indica che avete raggiunto "l'allungo" che ritenete ottimale per voi.
Visette	ammessa solo nel compound; è un piccolo anello da posizionare nella corda e attraverso il quale si guarda il mirino, formando così un secondo punto di mira.
Soucette	per take-down con mirino (alcuni la ritengono utile, altri non la utilizzano); è un anello da fissare alla corda in modo che tocchi una parte del viso, in genere il labbro superiore, quando avete raggiunto la posizione ideale per il rilascio - non ammessa in Fiarco
Stabilizzatori	<p>per compound: stabilizzatore centrale (attenzione alle differenze di regolamento tra le due Federazioni);</p> <p>per take-down con mirino: stabilizzatore centrale e due stabilizzatori laterali; alcuni arcieri utilizzano anche uno stabilizzatore superiore;</p> <p>per lo stabilizzatore centrale (dopo aver verificato che il regolamento lo permetta) è consigliata una lunghezza pari o leggermente inferiore al vostro allungo, mentre, per gli stabilizzatori laterali, troverete in</p>

	<p>commercio delle lunghezze standard.</p> <p><b>ATTENZIONE A NON ACQUISTARE UNA STABILIZZAZIONE TROPPO "PESANTE"; ... PROVATE A SOSTENERE L'ARCO COMPLETO DI STABILIZZAZIONE PER ALCUNI MINUTI .....!!!</b></p>
Paraseno	consigliato anche agli uomini.
Estrattore	per estrarre le frecce dai battifreccia "duri".
Penne di scorta	ne avrete sicuramente bisogno...!
Colla a freddo	per le penne che si sono staccate.
Cocche di scorta	controllate che siano adatte alla corda del vostro arco.
Punte di scorta	perché sembra che esistano solo due tipi di battifreccia: ..... quelli che non trattengono le frecce.... e quelli che trattengono e inghiottono le punte.....
Colla a caldo	per le punte da sostituire.
Impennatore	per incollare le penne al posto giusto.
Punti d'incocco	o filo per costruire il punto d'incocco.
Binocolo	per guardare dove avete tirato le frecce; serve anche in montagna o al mare .....

Alcuni accessori possono essere acquistati in fasi successive, quando la Vostra esperienza ve lo consiglierà.